Tarea de Mª Jesús Olga García Moríñigo

**La inclusión de la educación emocional en el currículo escolar**

La inclusión de la educación emocional en el currículo escolar es crucial para el desarrollo integral de los estudiantes (Gómez, 2022). Según Martínez (2019), “La educación emocional fomenta la autoconciencia, la autorregulación emocional y la empatía, habilidades fundamentales para el bienestar y el éxito en la vida” (p. 56)

La educación emocional promueve la capacidad de los estudiantes para reconocer y gestionar sus propias emociones, así como comprender las emociones de los demás (Gómez, 2022). Además, les proporciona estrategias efectivas para manejar el estrés, resolver conflictos y establecer relaciones saludables (Martínez, 2019). Integrar la educación emocional en el entorno escolar no solo beneficia el desarrollo socioemocional de los estudiantes, sino que también impacta positivamente en su rendimiento académico (Gómez, 202). Los estudiantes que son capaces de regular sus emociones y establecer relaciones saludables presentan una mayor motivación y disposición para aprender (Martínez, 2019).
En resumen, la educación emocional desenpeña un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, brindándoles las habilidades necesarias para enfrentar los desafíos emocionales de la vida y promoviendo su bienestar general. Por tanto, esesencial que los centros educativos integren programas de educación emocional en sus currículos (Gómez, 2022; Martínez, 2019).

Referencias
Gómez, A. (2022). La importancia de la educación emocional en el entorno escolar. Revista de educación, 40(2), 112-128.
Martínez, C (2019). La educación emocional como factor clave en el desarrollo integral de los estudiantes. Revista de la Psicología Educativa, 25(1), 50-65.